༄༅། །ཀྱུའི་ཡུམ་ ཡོའི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི།།

(ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།)

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)



तामसालीङ ग्याल्साला नुवाकोट युलखोरला कीस्पाङ नाम्सापालीकाला मानेगाङ नाम्साकी 'याङरी गोन्पा' लाकुमा-

ཁྲེ་ལ་ ཏ་མང་ཀྱི་ ལ་གིག་ཚ། (བོད་ཟླ་བ་ཅུ་གཉིས་པ།རྒྱལ་ཟླ་)

खे-ला, तामाङ पहिलो-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो माघ-फागुन-०७९) Jeb-Feb-2023

དི་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY	༡ ८ तामाङ ल्होछार 22 छेपा-गी	༨ १५ छेपा-ब्रेत 29	༡༥ २२ छेपा-ङ्या 5 ○ खेङ्या	༢༢ २९ छेपा-ङीच्युङी 12	༢༩ ७ 19 छेपा-ङीच्युकु
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY	༢ ९ छेपा-ङी 23	༩ १६ छेपा-कु 30 सहिद तेन्पारे	༡༦ २३ छेपा-च्युरू 6	༢༣ १ फागुन 13 छेपा-ङीच्युसोम	༣༠ ८ 20 छेपा- सोम्चु
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY	༣ १० छेपा-सोम 24	༡༠ १७ छेपा-च्यु 31	༡༧ २४ छेपा-च्युङीस 7	༢༤ २ छेपा-सङीच्युब्ली 14	
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༤ ११ छेपा-ब्ली 25	༡༡ १८ छेपा-च्युख्री 1 Feb.	༡༨ २५ छेपा-च्वफ्रे 8	༢༥ ३ छेपा-ङीच्युङा 15	
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	ज्याम्पेयाङक्यी रे ༥ १२ तामाङ गेहेदुङला केवारे 26 बसन्त पन्चमी छेपा-ङा	༡༢ १९ 2 छेपा-च्युङी	༡༩ २६ छेपा-चोर्कु 9	༢༦ ४ छेपा-ङीच्युडु 16	
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༦ १३ छेपा-डु 27	༡༣ २० 3 छेपा-च्युसोम	༢༠ २७ छेपा-ङीच्यु 10	༢༧ ५ छेपा-ङीच्युङीस 17	
ག་མ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༧ १४ छेपा-ङीस 28	༡༤ २१ 4 छेपा-च्युब्ली	༢༡ २८ छेपा-ङीच्युगी 11 जाम्बुलीङखोरला म्रीङम्ही रे	༢༨ ६ प्रजातन्त्र दिवस 18 छेपा-ङीच्युब्रेत	

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-, UK £ 2.00

❖ डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com ❖

༄༅།།ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི།།

༼ ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།། ༽

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)



दाङ्बो तामाङ ग्लेला ग्याल्खाप

दाङ्बो तामाङला ग्लेला ग्याल्खाप मुबा ग्ला, रसुवा युलला कालीकास्थानसे कीलोमीटर ङी न्हुप्से मुबा। दान्दे ग्ले-गाडी (घलेगढी) पाङबा मुला। चु ग्लाला जोरी तोङसीत फेराङ दाङ्बो स्याङबो ग्लेला ग्यालखाप मुबा। हुचुग्लादा **स्याङबा जोङ** पाङबा मुला।

The Tamang Kings Palace, Historical Archeological site:
According to Local resident Mr. Bishanu Lo, This place is known as Gle Gadhi in Rasuwa district of Tamasaling. From Kalikaisthan Army check post west of 2 kilometers situated The ***Glezong*** or ***Ghale*** Gadhi. A historic one of the battled fields of the Sino-Gorka (Nepal) war 1792 CE. Above this Gle Zong a famous Shyangba Zong is there. The Tamang ruler King (not monarchic) ruled in history.



བེ་ཉེ་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་དིཀ་ཚ། ༼ བོད་ཟླ་བ་དང་པོ།ཚུ་ཟླ་ ༽

बेने-ला, तामाङ दोस्रो-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो फागुन-चैत्र-०७९) Feb-Mar 2023



དི་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༧ १४ छेपा-ङीस/नीस 26	༡༣ २१ छेपा- च्युर्सोम 5	༢༠ २८ छेपा-ङीच्यु 12	༢༨ ५ छेपा-ङीच्युब्रेत 19
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༨ १५ छेपा-ब्रेत/ब्रात 27	༡༤ २२ छेप-च्युब्ली 6	༢༡ २९ छेपा-ङीच्युग्गी 13	༢༩ ६ छेपा-ङीच्युकु 20
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY	༡ छेपा-गी ९ बोदकी ल्होछार 21 བོད་ཀྱི་ལོ་གསར།	༩ छेपा-कु १६ शहिद दिवस 28	छेपा-चेङा ༡༥ २३ ○ बेनेङ्या 7 होली प्रीबा	༢༢ ३० छेपा-ङीव्युग्नी 14	छेपा- सोम्चु ༣༠ ● ७ बेनेदोप्पा 21 याम्बुरी ताबुजात्रा
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༢ १० छेपा-ङी 22	༡༠ १७ छेपा-च्यु 1 March	༡༦ २४ छेपा-च्युरू 8	༢༣ चैत्र १ छेपा-ङीच्युसोम 15	
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༤ ११ छेपा-ब्ली 23	༡༡ १८ छेपा-च्युख्री 2	༡༧ २५ छेपा-च्युङीस 9	༢༤ २ छेपा-ङीच्युग्ब्ली 16	
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༥ १२ छेपा-ङा 24	༡༡ १९ छेपा-च्युख्री 3	༡༨ २६ छेपा-च्वफ्रे 10	༢༥ ३ छेपा-ङीच्युग्ङा 17	
ཀམ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༦ १३ छेपा-ङु 25	༡༢ २० छेपा-च्युङी 4	༡༩ २७ छेपा-चोर्कु 11	༢༦ ४ छेपा-ङीच्युग्ङु 18	

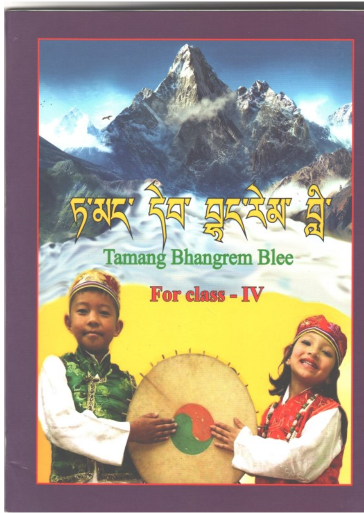
For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

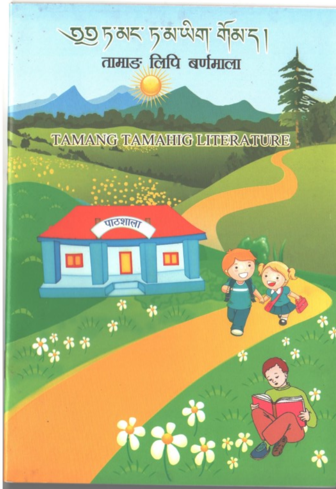
❁ डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com ❁

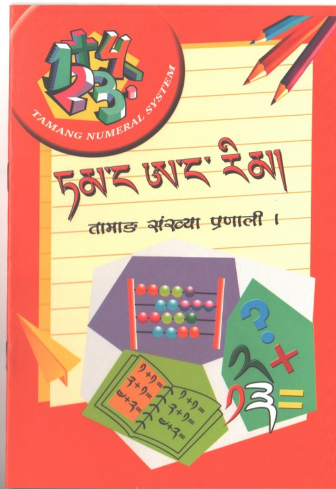
༧༣།།ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་ཝ་ལ་ ཌེང་ ཅི།།

(ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།)

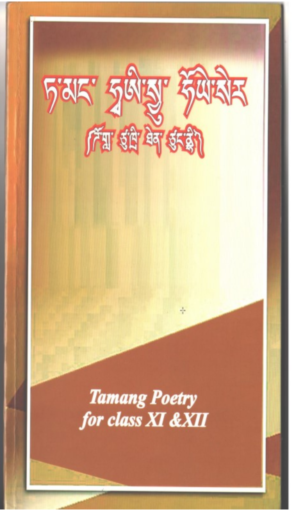
क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)











(भारतको सिक्कीम स्थित सरकारी विद्यालयहरूमा प्रयोग भइ राखेको तामयीग लिपिमा प्रकाशित तामाङभाषाको पाठ्यपुस्तक तथा पठन सामग्रीहरू)



ནམ་དུང་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་སོམ་ཚ། (བོད་ཟླ་བ་གཉིས་པ།དགོ་ཟླ་)

नाम्दुङ-ला, तामाङ तेस्रो-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो, चैत्र-बैशाख-०७९/०८०) Mar.-Apr. 2023



ཌི་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༥ १२ छेपा-ङा 26	༡༢ १९ छेपा-च्युङ्नी/ङी 2	༡༨ २६ छेपा-च्युब्रेत/ब्रात 9	༢༦ ३ छेपा-ङीच्युग्दु 19
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༦ १३ छेपा-दु 27	༡༣ २० छेपा-च्युसोंम 3	༡༩ २७ छेपा-च्युर्कु 10	༢༧ ४ छेपा-ङीच्युग्ङीस 20
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༧ १४ छेपा-ङीस 28	༡༤ २१ तेमालजात्रा खास्योरटी 4 छेपा-च्युब्लीं	༢༡ २८ छेपा-ङीच्युग्गी 11	༢༨ पारिजात डेन्बा-रे ५ छेपा- ङीच्युग्ब्रेत 21
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༡ छेपा-गी ८ 22	༨ १५ छेपा-ब्रेत 29	༡༥ २२ छेपा-च्येङ 5 ○ नाम्दुङ्ङ्या तेमालजात्रा फाग्पा सींगुनरी	༢༢ २९ छेपा-ङीच्युग्नी/ङी 12	༢༩ ६ छेपा- ङीच्युग्कु 20
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༢ ९ छेपा-ङी 23	༩ १६ छेपा-कु 30	༡༥ २३ छेपा-च्येङ 6 ○ नाम्दुङ्ङ्या	༢༣ ३० छेपा-ङीच्युग्सोम 13	༣༠ ● ७ छेपा-सोम्च्यु 20 नाम्दुङदोप्पा
སུང་རེ། सुङरे པསངས། शुक्रबार FRIDAY	༣ १० छेपा-सोम 24	༡༠ १७ छेपा-च्यु 31	༡༧ २४ छेपा-च्युङीस/ 7 नीस	༢༤ १ बैशाख-०८० 14 छेपा-ङीच्युग्ब्ली	
ཀམ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༤ ११ छेपा-ङा 25	༡༡ १८ छेपा-च्युग्री 1 April	༡༨ २५ छेपा-च्युब्रेत/ 8 ब्रात	༢༥ २ छेपा-ङीच्युग्ङा 15	

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

ꕥ डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com ꕥ

༄༅།།ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཀེད་ ཅི།།

༼ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།། ༽

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)



ཌུ་ཀུ་ལ་ ཏ་མང་གི་ ལ་ཟླི་ཚ། ༼བོད་ཟླ་བ་གསུམ་པ།ནག་ཟླ་༽

दुगु-ला, तामाङ चौथो-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो, बैशाख-जेठ-०८०) Apr-May-2023



དི་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༣ १० छेपा-सोम 23	༡༠ १७ छेपा-च्यु/छेच्यु 30	༡༧ २४ छेपा-ङस/नीस 7	༢༥ ३१ छेपा-ङीच्युङा 14
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༤ ११ छेपा-ब्ली 24	༡༡ १८ छेपा-च्युख्री 1 May	༡༨ २५ छेपा-च्युब्रेत/ब्रात 8	༢༦ जेठ-ला १ छेपा-ङीव्युग्डु 15
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༥ १२ छेपा-ङा 25	༡༢ १९ छेपा-च्युङनी/ङी 2	༡༩ २६ छेपा-च्युर्कु 9	༢༧ २ छेपा-ङीच्युग्नीस 16
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY		༦ १३ छेपा-ङु 26	༡༣ २० छेपा-च्युसोंम 3	༢༠ २७ छेपा-ङीच्यु 10	༢༨ ३ छेपा-ङीच्युग्ब्रेत 17
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY		༧ १४ छेपा-ङीस 27	༡༤ २१ छेपा-च्युब्ल्री 4	༢༡ २८ छेपा-ङीच्युग्गी 11	༢༩ ४ छेपा-ङीच्युग्कु 18
སུང་རེ། सुङरे པསངས། शुक्रबार FRIDAY	༡ ८ छेपा-गी 21	༨ १५ छेपा-ब्रेत/ब्रात 28	छेपा-च्येङा ༡༥ २२ ○ दुगु ङ्या 5 साङग्ये केवा-रे	༢༢ २९ छेपा-ङीच्युग्नी 12	༣༠ ● ५ छेपा-सोम्च्यु 19 दुगुदोप्पा
ཀ་མ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༢ ९ छेपा-ङी 22	༩ १६ छेपा-कु 29	༡༦ २३ छेपा-च्युड 6	༢༣ ३० छेपा-ङीच्युग्सोम 13	

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

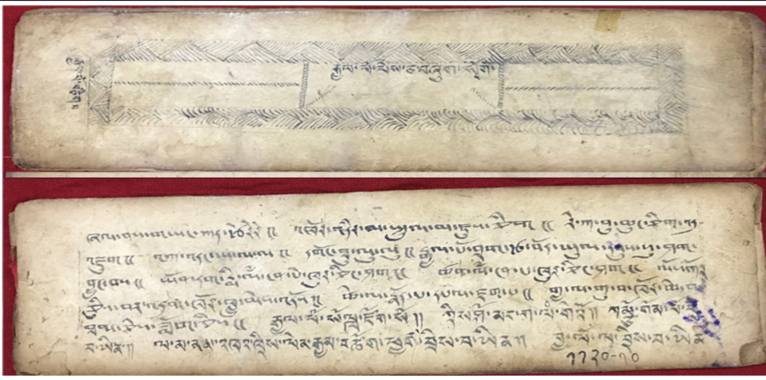
❀ *डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com* ❀

༄༅།།ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོས་ ལྷོ་ལོ་ ཏ་མང་ ཚེས་ ཐོ།།

(ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།)

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)





बाह लाच्याङला रूम्बा ग्लेला म्हा लो ग्लेला ग्याल्खाप मुबा ग्ला

[बाह लाच्याङको रूम्बा तामाङ ग्लेको ज्वाँई लो ग्लेको दरबार क्षेत्र]

(नुवाकोट युल्ला, बालकुमारी नाम्साला ङारगाङ)



कुपारमा स्युत्पा म्ही: प्रेम तामाङ (मइत बहादुर तामाङ) दुप्चेस्वर गाउँपालि, नुवाकोट युल्खोर



ཌོ་ལྷ་ཕྲེ་ལ་ ཏ་མང་གི་ ལ་ངར་ཚ། (བོད་ཟླ་བ་ཞི་པ། ས་ག་ཟླ་)

डोवाफ्रे-ला, तामाङ पाँचौं-चन्द्रमहिना (खरायो/तावार-ल्हो,जेठ-असार-०८०) May-June 2023



དྲིན་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY	༣༠ ● ३ छेपा- सोम्च्यु 18 डोवाफ्रेदोप्पा	༢ ७ छेपा-ङी 21	༩ १४ छेपा-कु 28	༡༥ २१ छेपा-चेङ्या ○ डोवाफ्रे-ङ्या ས་ག་ཟླ་ 4	༢༣ २८ छेपा-ङीच्युग्सोम 11
ལྡིན་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༣ ८ छेपा-सोम 22	༩ १५ छेपा-कु गणतन्त्र तेन्बा-रे 29	༡༦ २२ छेपा-च्युरू 5	༢༤ २९ छेपा-ङीच्युग्ब्ली 12
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༤ ९ छेपा-ब्ली 23	༡༠ १६ छेपा-च्यु 30	༡༧ २३ छेपा-च्युङीस 6	༢༥ ३० छेपा-ङीच्युग्ङा 13
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY		༥ १० 24 छेपा-ङा	༡༡ १७ छेपा-च्युख्री 31	༡༨ २४ छेपा-च्युर्कु 7	༢༦ ३१ छेपा-ङीच्युग्डु 14
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY		༦ ११ छेपा-डु 25	༡༢ १८ छेपा-च्युङी 1	༢༠ २५ छेपा-ङीच्यु 8	༢༧ ३२ छेपा-.च्युग्नीस 15
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY		༧ १२ छेपा-ङीस 26	༡༣ १९ छेपा-च्युसोम 2	༢༡ २६ छेपा-ङीच्युग्गी 9	༢༨ असार-ला १ छेपा-ङीच्युब्रेत 16
ཀ་མར་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༡ ६ छेपा- गी 20	༨ १३ छेपा-ब्रेत/ब्रात 27	༡༤ २० छेपा-च्युब्ली 3	༢༢ २७ छेपा-ङीच्युग्ङी 10	༢༩ २ छेपा-ङीच्युकु 17

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com

༧༢ ||ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི||

(ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དཀར་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།)

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)

तामसालीङ ग्यल्साखोरला, सीन्दुपाल्चोक युलखोरला, बाह्र लाच्याङ ग्याल्बो च्युङनीला ग्याल्साला, दान्दे इन्द्रावती नगरपालिकाला नवलपुरला ग्याल्खाप थीङ ग्लेला ग्याल्ठीला पाङग्रेन (टुंडिखेल) थेन ग्याल्बोला ग्याल्खाप मुबा क्लाखोर।

कुपार स्युत्पा म्ही: अजीतमान तामाङ





བྱལ་བོ་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་ཊྲ་ཚ། (བོད་ཟླ་བ་ལྔ་པ།སྟོན་ཟླ།བཀྲ་ཤིས་ཟླ།)

व्याल्बो-ला, तामाङ-छैठौं चन्द्रमहिना (खरायो/तावार-ल्हो, असार-साउन-०८०) June-July- 2023



དི་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༧ १० छेपा-ङीस/नीस 25	༡༥ १७ छेपा-च्येङ 2	༢༢ २४ छेपा-ङीव्युग्नी 9	༢༩ ३१ छेपा-ङीच्युब्रेत 16
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY	༡ ४ छेपा-गी 19	༨ ११ 26 छेपा-ब्रेत	༡༦ १८ छेपा-च्युरू 3 ○ व्याल्बो ङ्या गुरुदा डेन्बा रेला	༢༣ २५ छेपा-ङीच्युसोम 10	༣༠ साउन-ला १ छेपा-सोमच्यु 17 ● दुगुदोप्पा
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY	༢ ५ छेपा-ङी 20	༩ १२ छेपा-कु 27	༡༧ १९ छेपा-च्युङीस 4	༢༤ २६ छेपा-ङीच्युग्ब्ली 11	
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༣ छेपा-सोम ६ 21	༡༠ १३ छेपा-च्यु 28	༡༨ २० छेपा-च्वफ्रे 5	༢༥ २७ छेपा-ङीच्युग्ङा 12	
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༤ छेपा-ब्ली ७ 22	༡༢ १४ छेपा-च्युङी 29	༡༩ २१ छेपा-चोर्कु 6	༢༦ २८ छेपा-ङीच्युग्डु 13	
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༥ ८ छेपा-ङा 23	༡༣ १५ छेपा-च्युसोम 30	༢༠ २२ छेपा-ङीच्यु 7 साङग्ये केवा-रे	༢༧ २९ छेपा-ङीच्युग्नीस 14	
ཀ་མ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༦ ९ छेपा-डु 24	༡༤ १६ छेपा-च्युब्ली 1 July	༢༡ २३ छेपा-ङीच्युग्गी 8	༢༨ ३० छेपा-ङीच्युग्ब्रे/ब्रात 15	

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

❀ *डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com* ❀

༧༢ ||ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཕུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི་||

(ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།)

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)


(ग्याकार युल्साला सीक्कीम ग्याल्सारी तामाङग्योतला छीगदेबछेबुम थेन तामाङ ग्योतला ग्योअीठीमदाङ (तामसाल) स्हेङबा तामजोम्बा ग्यातखोरला कुपार)

གོ་ནེ་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་ཊ་ཚ། (བོད་ཟླ་བ་འདུག་པ་།ཚ་སྟོད་ཟླ་)



गोने-ला, तामाङ-सातौं चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो, साउन-०८०) July-Aug- 2023

དི་ནི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༥ ७ छेपा-ङा 23	༡༢ १४ छेपा-च्युङी 30	༡༩ २१ छेपा-च्युर्कु 6	༢༧ २८ छेपा-ङीच्युगु 13
ལ་ནི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༦ ८ छेपा-डु 24	༡༣ १८ 31 छेपा-च्युसोम	༢༠ २५ छेपा-ङीच्यु 7	༢༨ २९ छेपा-ङीच्युब्रेत 14
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY	༡ २ छेपा-गी 18	༧ ९ छेपा-ङीस 25	༡༤ १९ छेपा-च्युब्ली 1 Aug.	༢༡ २६ छेपा-ङीच्युगी 8	༢༩ ३० छेपा-ङीच्युग्कु 15
ན་པེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༢ ३ छेपा-ङी 19	༨ १० छेपा-ब्रेत 26	༡༥ २० छेपा-च्येङा 2 ○ गोने ङ्या	༢༢ २७ छेपा-ङीव्युग्नी 9	༣༠ ३१ छेपा- सोम्चु 16 ● गोनेदोप्पा
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༣ ४ छेपा-ब्ली 20	༩ ११ छेपा-कु 27	༡༦ २१ चेपा-च्युडुं 3	༢༤ २८ छेपा-ङीच्युग्ब्ली 10	
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༤ ५ छेपा-ब्ली 21	༡༠ १२ छेपा-च्यु 28	༡༧ २२ छेपा-च्युनींस/ङीस 4	༢༥ २९ छेपा-ङीच्युङा 11	
ཀ་མར་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༥ ६ छेपा-ङा 22	༡༡ १३ छेपा-च्युख्री 29	༡༨ २० छेपा-च्युब्रेत/ब्रात 5	༢༦ २७ छेपा-ङीच्युगु 12	

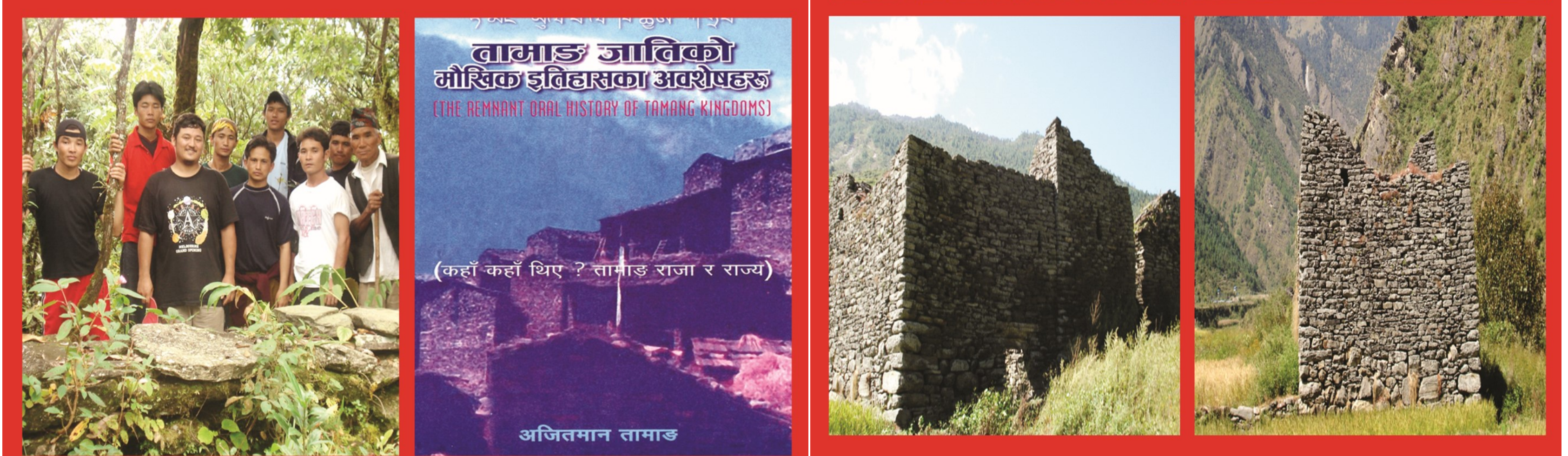
For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

डीक्पा-सेङबा*(Composed by)*- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ *Email: tamang.ajitman@gmail.com*

༧༧ ༎ཀྱུ་ཨི་ཕུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏྲུ་བ་ཊན་བ་༎

༼ ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།། ༽

स्त्री-पानी-खरायो/बिरालो वर्षको तामाङ भित्तेपात्रो (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rab-



तामाङ युल्बाला दाङबोला ग्याल्खाप सेमजोङला डापजोङ थेन रसुवा युलखोरला गोल्जोङ नाम्सामेला ग्लेला ग्याल्खाप- *कुपार:अजीतमान तामाङ*



ཡན་དེ་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་ཟླེད་ཚ། ༼བོད་ཟླ་བ་དུན་།གྲོ་བཞིན་ཟླ་༽

यान्दे-ला, तामाङ-आठौं चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो, साउन-भदौ-०८०) Aug-Sep- 2023



དེ་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༤ ३ छेपा-ब्ली 20	༡༡ १० छेपा-च्युख्री 27	༡༩ १७ छेपा-चोर्कु 3	༢༦ २४ छेपा-ङीच्युग्डु 10
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༥ ४ छेपा-ङा 21	༡༢ ११ छेपा-च्युङी 28	༢༠ १८ छेपा-ङीच्यु 4	༢༧ २५ छेपा-ङीच्युग्नीस 11
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༦ ५ छेपा-ङु 22	༡༣ १२ छेपा-च्युसोम 29	༢༡ १९ छेपा-ङीच्युगी 5	༢༨ २६ छेपा-ङीच्युब्रेत 12
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY		༧ ६ छेपा-ङीस 23	༡༤ १३ छेपा-च्युब्ली 30	༢༢ २० छेपा-ङीव्युग्नी 6	༢༩ २७ छेपा-ङीच्युकु 13
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༡ ३२ छेपा-गी 17	༨ ७ छेपा-ब्रेत/ब्रात 24	༡༥ १४ छेपा-च्येङा 31 ○ यान्दे ङ्या	༢༣ २१ छेपा-ङीच्युसोम 7	༣༠ ● २८ छेपा- सोम्चु 14 यान्देदोप्पा
སུང་རེ། सुङरे པ་སངས། शुक्रबार FRIDAY	༢ भदौ-ला १ छेपा-ङी 18	༩ ८ छेपा-कु 25	༡༧ १५ छेपा-च्युङीस 1 Sep.	༢༤ २२ छेपा-ङीच्युग्ब्ली 8	
ཀམ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༣ २ छेपा-सोम 19	༡༠ ९ छेपा-च्यु/छे-च्यु 26	༡༨ १६ छेपा-च्युब्रेंत/ब्रात 2	༢༥ २३ छेपा-ङीच्युग्ङा 9	

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

❀ *डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com* ❀

༧༧། །ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཏེང་ ཅི།།

༼ ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།། ༽

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)



ग्याकार युल्साला तामाङ युल्बाला जोम्नारी स्युत्पा कुपार डेन याम्बुला तामाङ युल्बा ल्होछारला व्हालरी जोम्बा तामाङ (कुपार स्युत्पा म्ही: अजितमान तामाङ)

སྨེ་ཉིང་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་ཀུ་ཚ། ༼ བོད་ཟླ་བརྒྱད་པ། ཁྲིམས་སྟོད་ཟླ་ ༽

म्हेनीङ-ला, तामाङ-नवौं चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो, भदौ-असोज-०८०) Sep-Oct- 2023

དེ་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༣ ३१ छेपा-ङी 17	༡༠ ७ छेपा-च्यु 24	༡༧ १४ छेपा-च्युर्नीस 1 Oct.	༢༤ २१ छेपा-ङीच्युग्ब्ली 8
ལ་ཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༣ असोज-ला १ छेपा-सोम 18	༡༡ ८ छेपा-चुख्री 25	༡༨ १५ छेपा-च्युर्ब्रेत 2	༢༥ २२ छेपा-ङीच्युग्ङा 9
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༤ २ छेपा-ब्ली 19	༡༢ ९ छेपा-च्युङी 26	༡༩ १६ छेपा-च्युर्कु 3	༢༦ २३ छेपा-ङीच्युग्डु 10
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY		༥ ३ छेपा-ङा 20 युल्ठीम-दीङसाङ	༡༣ १० छेपा-च्युसोम 27	༢༠ १७ छेपा-ङीच्यु 4	༢༧ २४ छेपा-ङीच्युग्नीस 11
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY		༦ ४ छेपा-डु 21	༡༤ ११ छेपा-च्युब्ली 28	༢༡ १८ छेपा-ङीच्युगी 5	༢༨ २५ छेपा-ङीच्युब्रेत 12
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༡ २९ छेपा-गी 15	༧ ५ छेपा-ङीस 22	༡༥ १२ छेपा-च्येङा 29 ○ म्हेनीङ ङ्या	༢༢ १९ छेपा-ङीव्युग्नी 6	༢༩ २६ छेपा-ङीच्युकु 13
ཀ་མ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༢ ३० छेपा-ङी 16	༨ ६ छेपा-ब्रेत/ब्रात 23	༡༩ १३ चेपा-च्युर्ङ 30	༢༣ २० छेपा-ङीच्युग्सोम 7	༣༠ ● २७ छेपा- सोम्चु 14 म्हेनीङ दोप्पा

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-, UK £ 2.00

❁ डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com ❁

༄༅།།ཀྱུ་ཡུམ་ ཡོའི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི།།

༼ ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།། ༽

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)




(ग्याकार युल्साला सीक्कीम ग्याल्सालादान्देला चोहोलोन्पो पि.एस. गोलेथेन दीङ २००७ री तामाङ ग्योतला तामथोरी सेङबा ग्येताङरी स्युत्पाला कुपार-)



སོ་ཀ་ར་ཏི་ལ་ ཏ་མང་གི་ ལ་ཟླ་ཆེ། ༼ བོད་ཟླ་བ་དགུ་པ།བཅུ་གཅིག་ཟླ་ ༽

सोकराती-ला, तामाङ दशौं-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो असोज-कार्त्तिक-०८०) Oct-Nov-2023



དི་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY	༡ २८ 15 छेपा-गी	༨ ५ 22 छेपा-ब्रेत	༡༦ १२ छेपा-च्युरू 29	༢༣ १९ छेपा-ङीच्युग्सोम 5	༢༩ २६ 12 छेपा-ङीच्युग्कु
ལ་ཌི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY	༢ २९ छेपा-ङी 16	༩ ६ छेपा-कु 23	༡༧ १३ छेपा-च्युङीस 30	༢༤ २० छेपा-सङीच्युग्ब्ली 6	༣༠ ● २७ 13 छेपा- सोम्चु सोकराती दोप्पा
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY	༣ ३० छेपा-सोम 17	༡༠ ७ छेपा-च्यु 24	༡༨ १४ छेपा-च्वफ्रे 31	༢༥ २१ छेपा-ङीच्युग्ङा 7	
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༤ कार्त्तिक-ला १ छेपा-ब्ली 18	༡༡ ८ छेपा-च्युख्री 25	༡༩ १५ छेपा-चोर्कु 1 Nov.	༢༦ २२ छेपा-ङीच्युग्डु 8	
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༥ २ छेपा-ङा 19	༡༢ ९ छेपा-च्युङी 26	༢༠ १६ छेपा-ङीच्यु 2	༢༦ २३ छेपा-ङीच्युग्डु 9	
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༦ ३ छेपा-डु 20	༡༤ १० छेपा-च्युब्ली 27	༢༡ १७ छेपा-ङीच्युग्गी 3	༢༧ २४ छेपा-ङीच्युग्ङीस 10	
ཀམ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༧ ४ छेपा-ङीस 21	༡༥ ११ छेपा-चेङा 28 ○ सोकरातीङ्या	༢༢ १८ छेपा-ङीच्युग्ङी 4	༢༨ २५ छेपा-ङीच्युग्ब्रेत 11	

डीक्पा-सेङबा*(Composed by)*- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ *Email: tamang.ajitman@gmail.com*

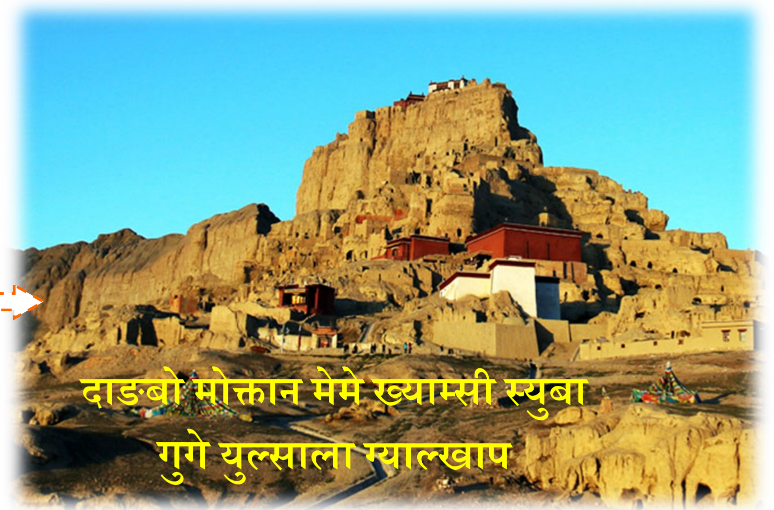
༄༅། །ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཡུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི།།

༼ ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།། ༽

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)

"दाङबो स्याङस्युङ युल्साटी स्याङबो बाब्सा, मुगु ग्याल्साटी मोक्तान बाब्सा, पुराङ च्येत्टी पाख्रीन बाब्सा हीनो "।

... ह्वाङ्हो खोर्सो जेकोक जेनीङ युल्से गुगे स्याङस्युङ बोत युल्टी ख्याम्सी स्युबा म्हेमे ल्हायुलदोर्जे । गुगे युल्से थीकु, छोङदी युल्टी ख्याम्सी स्युबा म्हेमे मादाओ दोर्जे ....



བོ་ཨི་ཏ་པ་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་ཟླ་ཨི་སེ་གི་ཆ། ༼ བོད་ཟླ་བ་བཅུ་པ་སྨིན་ཟླ་ ༽



बोअीतापा ला तामाङ एघारौं-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो कार्त्तिक-मंसिर-०८०) Nov-Dec-2023

དི་ངི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༧ ३ 19 छेपा-ङीस	༡༤ १० 26 छेपा-च्युब्ली	༢༡ १७ 3 छेपा-ङीच्युग्गी	༢༨ २४ 10 छेपा-ङीच्युब्रे
ལ་ངི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༨ ४ 20 छेपा-ब्रेत	༡༥ ○ ११ 27 छेपा-च्येङा बोअीतापा ङ्या	༢༢ १८ 4 छेपा-सङीच्युङी	༢༩ २५ 11 छेपा-ङीग्च्युर्कु
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY	༡ २८ 14 छेपा-गी	༩ ५ 21 छेपा-कु	༡༦ १२ 28 छेपा-च्युरु	༢༣ १९ 5 छेपा-ङीच्युग्सोम	༣༠ ● २६ 12 बोअीतापा दोप्पा
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༢ २९ 15 छेपा-ङी	༡༠ ६ 22 छेपा-च्यु	༡༧ १३ 29 छेपा-च्युङीस	༢༤ २० 6 छेपा-ङीच्युगब्ली	
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༣ ३० 16 छेपा-सोम	༡༡ ७ 23 छेपा-च्युख्री	༡༨ १४ 30 छेपा-ङीच्योब्रे	༢༥ २१ 7 छेपा-ङीच्युङा	
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༤ मंसिर १ 17 छेपा-ब्ली	༡༢ ८ 24 छेपा-च्युङी	༡༩ १५ 1 Dec छेपा-ङीच्युर्कु	༢༦ २२ 8 छेपा-ङीच्युग्ड	
ཀ་མ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༥ २ 18 छेपा-ङा	༡༣ ९ 25 छेपा-च्युसोम	༢༠ १६ 2 छेपा-ङीच्युङी	༢༧ २३ 9 छेपा-ङीच्युङीस	

❀ डीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com ❀

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-, UK £ 2.00

༄༅།།ཀྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཆར་ལ་ ཏ་མང་ ཕྱལ་བ་ལ་ ཅེད་ ཆི།།

༼ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།༽

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)

Happy Sonam Losar

TAMSALING SWAYATTA PRADESH



ཏ་པ་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་རྒྱུང་རི་ཆ། ༼བོད་ཟླ་བ་བཅུ་གཅིག་པ།མགོ་ཟླ་༽

तापा ला/तामाङ बाह्रौं-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो मंसिर-पुस-०८०) Dec-Jan-2023/024



དིང་ཧྲི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༥ पुस १ छेपा-ङा 17	༡༣ ८ छेपा-च्युसोंम 24	༡༩ १५ छेपा-ङीच्युर्कु 31	༢༦ २२ छेपा-ङीच्युग्ङु 7
ལ་ཧྲི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༦ २ छेपा-ङु 18	༡༤ ९ छेपा-च्युब्ली 25	༢༠ १६ छेपा-ङीच्यु 1 Jan-2024	༢༧ २३ छेपा-ङीच्युग्ङीस 8
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༧ ३ छेपा-ङीस 19	༡༥ ○ १० छेपा-च्येङा 26 तापा ङ्या	༢༡ १७ छेपा-ङीच्युग्गी 2	༢༨ २४ छेपा-ङीच्युग्ब्रे 9
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY	༡ छेपा-गी २७ 13	༨ ४ छेपा-ब्रे/ब्रात 20	༡༦ ११ छेपा-च्युरु 27	༢༢ १८ छेपा-ङीच्युग्नी 3	༢༩ २५ छेपा-ङीच्युग्कु 10
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY	༢ २८ छेपा-ङी 14	༩ ५ छेपा-कु 21	༡༧ १२ छेपा-च्युङींस 28	༢༣ १९ छेपा-ङीच्युग्सोम 4	༣༠ ● २६ छेपा-सोम्च्यु 11 तापा दोप्पा
སུང་རེ། सुङरे སངས། शुक्रबार FRIDAY	༣ २९ छेपा-सोम 15	༡༠ ६ छेच्यु 22	༡༨ १३ छेपा-च्युब्रे/ब्रात 29 Dec	༢༤ २० छेपा-ङीच्युग्ब्ली 5	
གམ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༤ ३० छेपा-ब्ली 16	༡༢ ७ छेपा-च्युङीं 23	༡༩ १४ छेपा-ङीच्युर्कु 30	༢༥ २१ छेपा-ङीच्युग्ङा 6	

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

ङीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com

༧༧ ||གྱུ་ཨི་ཡུམ་ ཡོ་ཨི་ ལྷོ་ཚར་ལ་ ཏ་མང་ ཕུལ་བ་ལ་ ཊེང་ ཅི||

(ཆུ་མོ་ཡོས་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཞུ།།)

क्युअी-युम-योअी ल्होला तामाङ डेङ ची (Tamang Wall Calendar of Water-Female Rabbit Year)



ཊམ་ཕ་ ཤེད་བ་ སྐེ་ཊེ་ ཤེད་ རྡོར་རྗེ།།

ङला डाम्फा, ङला ङोस्येबा।

ङादा ताङबा ङला डाम्फु।

The Damfa, nowadays Damfu is one of the precious identical instruments of Tamang MUSIC.

DAMFU IS CREATTED BY A FAMOUS MYTHICAL HERO OF TAMANGS.
MHEME
PENG DORJE TAMANG



ཏ་པ་གྲེན་ལ་ ཏ་མང་གྱི་ ལ་ཟླ་ང་དི་ཚ། (བོད་ཟླ་ཟླ་གཉིས་པ།རྒྱལ་ཟླ།)

तापा-ग्रेन ला/तामाङ बाह्रौं-चन्द्रमहिना (पानी-स्त्री खरायो/तावार-ल्हो पुस-माघ-०८०) Jan-Feb-2024



དེ་ཉི་རེ། दीङीरे ཉི་མ། आइतबार SUNDAY		༣ २९ छेपा-ब्ली 14	༡༡ ७ छेपा-च्युख्री 21	༡༨ १४ 28 छेपा-च्युब्रें/ब्रात	༢༤ २१ छेपा-ङीच्युग्ङु 4
ལཉི་རེ། लाङीरे ཟླ། सोमबार MONDAY		༤ माघ १ छेपा-ङा 15 माघी प्रीबा	༡༢ ८ छेपा-च्युङनी 22	༡༩ १५ 29 छेपा-च्युर्कु	༢༥ २२ छेपा-ङीच्युग्ङीस 5
མི་རེ། मीरे དམར། मंगलबार TUESDAY		༦ २ 16 छेपा-ङु	༡༣ ९ छेपा-च्युसोंम 23	༢༠ १६ 30 छेपा-ङीच्यु	༢༦ २३ छेपा-ङीच्युग्ङु 6
ན་བེ་རེ། नाबीङरे ལྷག། बुधबार WEDNESDAY		༧ ३ 17 छेपा-ङीस	༡༤ १० छेपा-च्युब्लीं 24	༢༡ १७ 31 छेपा-ङीच्युग्गी	༢༧ २४ छेपा-ङीच्युग्ङीस 7
ན་རེ། नारे ཕུར། विहीबार THURSDAY		༨ ४ 18 छेपा-ब्रे/ब्रात	༡༥ ○ ११ 25 तापा ङ्या छेपाच्येङा	༢༢ १८ छेपा-ङीच्युग्नी/ङी 1 February	༢༨ २५ 8 छेपा-ङीच्युग्ब्रे
སྔང་རེ། सुङरे པསངས། शुक्रबार FRIDAY	༡ छेपा-गी २७ 12	༩ ५ 19 छेपा-कु	༡༦ १२ 26 छेपा-च्युरु/ङु	༢༢ १९ छेपा-ङीच्युग्नी/ङी 2	༣༠ ● २६ छेपा-ङीच्युग्कु 9 छेपा-सोम्च्यु
ཀམ་རེ། कामरे སྤེན། शनीबार SATURDAY	༢ २८ छेपा-ङी 13	༡༠ ६ 20	༡༧ १३ छेपा-च्युङीस/नीस 27	༢༣ २० 3 छेपा-ङीच्युग्सोम	ཏ་མང་གྱི་ སོ་ནམ་ ལྷོ་ཚར། ༡ २७ तामाङ ल्होछार 10 बोदकी लोसार བོད་ཀྱི་ལོ་གསར།

For the preservation of Tamang Heritage : NC IC Rs. 50/-,UK £ 2.00

ङीक्पा-सेङबा(Composed by)- अजितमान तामाङ थेन संगम तामाङ Email: tamang.ajitman@gmail.com